

CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD:

Nivel:

1º de ESO

1_ESO

Materia:

BIOLOGÍA Y GEOLOGÍA

Descriptor de la competencia digital:

Área	Competencia	Descriptor
Ciudadanía Digital	2. Salud y bienestar	1.1. Reflexionar sobre el papel que juegan los medios digitales en la vida diaria y los posibles riesgos para la salud y el bienestar
Producción	1. Planificación, investigación y selección	1.1. Identificar la información que se necesita. 1.2. Establecer los pasos necesarios para la búsqueda de la información

DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

Título de la Actividad:

El efecto del uso inadecuado de las pantallas en nuestro cuerpo

Objetivos:

- 1.- Reflexionar sobre el papel que juegan los medios digitales en la vida diaria y los posibles riesgos para la salud y bienestar
- 2.- Búsqueda de información, síntesis y autoevaluación de lo aprendido.

Descripción de la Actividad:

En esta actividad vamos a reflexionar sobre cómo los teléfonos móviles, las tablets, los ordenadores, y demás medios digitales pueden influir en nuestro cuerpo y en nuestro cerebro, y los posibles riesgos para la salud y bienestar.

Para ello verán se seguirán los siguientes pasos:

Actividad 1:

Ver el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=kyOhnk4V1go>, con una información referidas a esta temática

Actividad 2:

Extraer datos del video. Rellenar los 7 daños que se produce en nuestro cerebro con el uso del teléfono móvil

Actividad 3:

Búsqueda de información complementaria, respondiendo a las siguientes preguntas:

- ¿Qué son los biorritmos?
- ¿Qué funciones tiene la melatonina?
- ¿Qué son las neurotoxinas y qué efectos tienen en el cuerpo?
- Busca los trastornos de vista más habituales

Actividad 4:

Realiza un power point.

De por lo menos 10 diapositivas. Indicando:

- Portada
- Índice: DAÑOS. Del 1 al 7 los que hemos visto antes¿QUÉ PODEMOS HACER?
- Contenidos

Actividad 5:

Exposición oral por grupos de 3-4 alumnos en los que cada grupo se especialice en uno de los daños.

A continuación, la ficha que se puede utilizar para la clase:

"Reflexionar sobre el papel que juegan los medios digitales en la vida diaria y los posibles riesgos para la salud y bienestar."

En esta actividad vamos a reflexionar sobre cómo los teléfonos móviles, las tablets, los ordenadores, y demás medios digitales pueden influir en nuestro cuerpo y en nuestro cerebro, y los posibles riesgos para la salud y bienestar.

Actividades

1) VIDEO PRESENTACIÓN. Pincha sobre este enlace, ponte los auriculares y pon mucha atención.

<https://www.youtube.com/watch?v=kyOhnk4V1go>

2) COMPLETA LOS SIGUIENTE LISTA. Viendo el video ¿Cuáles son los 7 daños que produce nuestro móvil en nuestro cuerpo y cerebro? Completa la lista

1. *Confusión de biorritmos*
- 2.
3. *Se hace más difícil estudiar*
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

3) BUSCA INFORMACIÓN sobre los siguientes temas, indicando la fuente bibliográfica. Para eso puedes copiar el enlace de dónde has tomado la información.

- ¿Qué son los biorritmos?
- ¿Qué funciones tiene la melatonina?
- ¿Qué son las neurotoxinas y qué efectos tienen en el cuerpo?
- Busca los trastornos de vista más habituales

4) REALIZA UN POWER POINT. De por lo menos 10 diapositivas.

Indicando:

- Portada
- Índice:
 - DAÑOS. Del 1 al 7 los que hemos visto antes
 - ¿QUÉPODEMOS HACER?
- Contenidos

Temporalización:

Primera sesión: puntos 1), 2) y 3)

Segunda sesión: punto 4)

Tercera sesión: presentación de los trabajos en grupo

Cuarta sesión: presentación de los trabajos y reflexión final

Metodología:

- . Visionado conjunto del video en youtube
- Trabajo individual con Power Point
- Trabajo en grupo para extraer la información más específica y las presentaciones

Materiales y recursos requeridos:

- Pdf que contienen las intrusiones del trabajo
- Enlace al video en youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=kyOhnk4V1go>

Fuentes:

- Video libre “Cómo tu móvil afecta a tu cerebro y a tu cuerpo”

Evidencias de Aprendizaje:

- La reflexión de las conductas que uno mismo tiene.
- La búsqueda activa de la información biológica en referencia al uso del dispositivo
- . La síntesis y la exposición de los contenidos a los compañeros
- Reflexión conjunta con el profesor de las evidencias científicas en contraste con la experiencia del alumnado

Evaluación. Rúbrica:

Descriptor	No conseguido	En proceso	Conseguido
1.1. Reflexionar sobre el papel que juegan los medios digitales en la vida diaria y los posibles riesgos para la salud y el bienestar			
1.1. Identificar la información que se necesita.			
1.2. Establecer los pasos necesarios para la búsqueda de la información			

LICENCIA:

Este obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Resumen de la licencia: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Texto completo de la licencia: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode>

Autoría: Yago Cervera Alonso

Adaptado del original en el seminario *Materiales para el desarrollo de la competencia digital de estudiantes en Enseñanza Secundaria Obligatoria*